

OVUSITOL

La edad, la presencia de alteraciones estructurales en el aparato reproductor, la obesidad, la contaminación ambiental y el estilo de vida constituyen algunos de los factores asociados con problemas de fertilidad.

La edad es el factor más importante relacionado con la baja reserva ovárica (capacidad de los ovarios para producir óvulos) y la fertilidad. La cantidad de ovocitos está condicionada desde el nacimiento y al llegar alrededor de los 35 años desciende de forma acentuada. Por lo tanto, con el paso de los años la cantidad y la calidad de estos óvulos disminuye. No obstante, mujeres jóvenes también pueden tener baja reserva ovárica. Puede ser debido a determinadas intervenciones quirúrgicas en el ovario, problemas inmunológicos, condiciones médicas como la endometriosis o el síndrome de ovario poliquístico, el sobrepeso, tratamientos de quimioterapia o incluso ser una causa hereditaria.

La microbiota vaginal es el conjunto de microorganismos que habitan en la vagina. Puede verse alterada por diversos motivos como cambios hormonales, los trastornos metabólicos, el estrés, el uso de productos higiénicos inadecuados o la toma de tratamientos antibióticos. La microbiota vaginal es un ecosistema complejo y dinámico compuesto principalmente por bacterias del género *Lactobacillus* y *Bifidobacterium*. Las alteraciones en la microbiota vaginal, conocidas como disbiosis, pueden tener un impacto notable en la fertilidad femenina. Es importante mantener el equilibrio de esta microbiota (eubiosis) para garantizar un entorno adecuado.

Unos hábitos de vida saludables y una alimentación equilibrada son muy importantes para el correcto funcionamiento del organismo en general y del sistema reproductor, particularmente en lo referente a la reserva ovárica y la calidad de los ovocitos (óvulos).

1. ¿Qué es OVUSITOL D?

OVUSITOL D es un complemento alimenticio que contiene mioinositol, ácido fólico, vitamina D₃, zinc, melatonina y probióticos. **OVUSITOL D** está formulado para cubrir los requerimientos nutricionales de estos nutrientes en la mujer en aquellas situaciones en que sea necesario complementar la dieta normal.

2. Composición

Ingredientes: Mio-inositol, antiaglomerante: dióxido de silicio (E-551), *Lactobacillus acidophilus*, *Limosilactobacillus reuteri*, vitamina D₃ (colecalfiferol), *Lactocaseibacillus rhamnosus*, *Bifidobacterium animalis subsp. lactis*, zinc (óxido de zinc), *Lactiplantibacillus plantarum*, melatonina, ácido fólico (ácido pteroilmonoglutámico).

Sin lactosa. Sin gluten. Bajo contenido de azúcares.

Información nutricional	Por dosis diaria (1 sobre)	%VRN* (por 1 sobre)	Información nutricional	Por dosis diaria (1 sobre)	Por 100 g
Mio-inositol	4.000 mg	-	Valor energético (Kj/Kcal)	75,28 kj/17,78 kcal	1.711 kj/404 kcal
Cepas probióticas: <i>Lactobacillus acidophilus</i> <i>Limosilactobacillus reuteri</i> <i>Lactocaseibacillus rhamnosus</i> <i>Bifidobacterium animalis subsp. lactis</i> <i>Lactiplantibacillus plantarum</i>	Min. 5x10 ⁹ UFC**	-	Grasas	0,13 g	3,1 g
Ácido fólico	400 µg	200%	- Ácidos grasos saturados (g)	0,07 g	1,6 g
Vitamina D ₃	50 µg	1.000%	Hidratos de carbono (g)	3,99 g	92,8 g
Zinc	10 mg	100%	- Azúcares (g)	0,06 g	1,51 g
Melatonina	1,8 mg	-	Fibra alimentaria (g)	0,03 g	0,70 g
			Proteínas (g)	0,03 g	0,76 g
			Sal (g)	0,01 g	0,30 g

*VRN: Valor de Referencia de Nutrientes. **UFC: Unidades Formadoras de Colonias

OVUSITOL

- **Mioinositol:** es un compuesto natural que pertenece al complejo vitamínico B. Está presente en una variedad de alimentos como cereales con alto contenido de salvado, nueces, carnes, frutas y vegetales. En el organismo el mioinositol forma parte de componentes estructurales.

- **Ácido fólico:** es una vitamina del grupo B (vitamina B9). Se encuentra en el hígado, los frutos secos y los cereales. El ácido fólico contribuye al proceso de división celular. Además, el ácido fólico contribuye al metabolismo normal de la homocisteína.

Una ingesta suplementaria de ácido fólico incrementa el nivel de folato materno. Una cantidad baja de folato materno es un factor de riesgo de defectos del tubo neural en el feto en desarrollo. Este efecto beneficioso se obtiene en todas las mujeres con una ingesta diaria suplementaria de ácido fólico de 400 µg durante al menos un mes antes de la concepción y hasta tres meses después de esta.

- **Vitamina D₃ (colecalfiferol):** contribuye a la absorción y utilización normal del calcio y al proceso de división celular. La vitamina D contribuye al funcionamiento normal del sistema inmune. Su aporte a la dieta ayuda a alcanzar y mantener niveles adecuados de vitamina D.

- **Zinc:** el zinc es un micronutriente con propiedades antioxidantes que interviene en numerosas funciones fisiológicas. El zinc contribuye a la fertilidad y reproducción normales.

- **Melatonina:** es una sustancia producida en el cerebro por la glándula pineal. La síntesis y la liberación de la melatonina son estimuladas por la oscuridad y suprimidas por la luz. Su producción disminuye progresivamente con la edad. La melatonina posee actividad antioxidante.

- **Probióticos:** las bacterias del género *Lactobacillus* y *Bifidobacterium* habitan en la vagina en condiciones normales. Los probióticos manteniéndose vivos, activos, y administrados en las cantidades adecuadas, aportan efectos beneficiosos a la persona que los ingiere.

3. Modo de empleo

Dosis diaria recomendada: tomar 1 sobre al día. Disolver el contenido del sobre en 200 ml de agua y mezclar bien antes de tomar.

Se aconseja tomar **OVUSITOL D** media hora o una hora antes de acostarse, preferiblemente a la misma hora cada día.

4. Advertencias

- No superar la dosis diaria expresamente recomendada.
- Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustituto de una dieta variada y equilibrada y un estilo de vida saludable.
- No recomendado para personas que sufren de enfermedades inflamatorias o autoinmunes.
- No recomendado para personas cuya actividad requiera una vigilancia sostenida o suponga un problema de seguridad en caso de somnolencia.
- Mantener fuera del alcance de los niños más pequeños.
- Conservar en lugar fresco y seco.
- Consumir preferentemente antes de la fecha indicada en el envase.

Distribuido por:
ITALFARMACO, S.A.
San Rafael, 3 – 28108 Alcobendas (Madrid) España